

# Zehn häufige Fragen zu Demenz

Die Diagnose Demenz verunsichert und wirft viele Fragen auf. Hier finden Sie Antworten auf häufig gestellte Fragen rund um das Thema Demenz.

## 1 Was genau ist Demenz?

Der Oberbegriff Demenz steht für eine Reihe von Symptomen, die bei unterschiedlichen Krankheiten auftreten: Schwierigkeiten mit dem [Kurzzeit-] Gedächtnis, dem Lösen von Problemen, dem Planen von Projekten, den alltäglichen Abläufen, der Orientierung im Raum, dem Finden passender Worte sowie dem Verstehen von Gesprächen. Eine Demenz kann aufgrund vieler verschiedener Krankheiten auftreten: einer Alzheimer-Erkrankung, eines Hirntraumas, einer HIV-Infektion, einer Creutzfeld-Jakob Erkrankung, usw. Diese Krankheiten haben gemeinsam, dass sie die kognitiven Funktionen beeinträchtigen.

## 2 Was ist der Unterschied zwischen Alzheimer und Demenz?

Demenz ist ein Syndrom, d. h. es bezeichnet die Reihe von Symptomen, die bei verschiedenen Krankheiten auftreten [Gedächtnisverlust, Orientierungsschwierigkeit, usw.], welche die Funktion des Gehirns beeinträchtigen. Alzheimer ist die häufigste Krankheit, die eine Demenz verursachen kann [60% aller Demenzerkrankungen].

## 3 Kann ich Alzheimer vorbeugen?

Wir können uns nicht vollständig vor Alzheimer oder einer anderen Demenzerkrankung schützen. Trotzdem lässt sich das Demenzrisiko senken oder das Auftreten einer Demenzerkrankung verzögern. Mit gesunder Ernährung, Gedächtnistraining, regelmässiger Bewegung und dem Pflegen des Soziallebens ist das Gehirn gut gegen den Abbau geistiger Fähigkeiten gerüstet. Generell gilt: Was gut für das Herz ist, ist auch gut für das Gehirn. Zudem sollen Probleme wie hoher Blutdruck, Schlafstörungen, Hör- und Sehbeeinträchtigungen ernst genommen und rechtzeitig behandelt werden.

## 4 Was sind die ersten Anzeichen einer Alzheimer Krankheit?

Vergesslichkeit ist zwar eines der bekanntesten Anzeichen von Alzheimer, tritt jedoch nicht als einziges Symptom auf. Zu den möglichen Anzeichen von Demenz gehören:

**Gedächtnisstörungen:** Das Kurzzeitgedächtnis ist als erste betroffen, die Person verpasst Termine, vergisst Namen und Informationen, wichtige persönliche Ereignisse.

**Mühe mit der Sprache:** Der Person fällt öfters das passende Wort nicht mehr ein. Sie versucht das Wort zu umschreiben, beendet Sätze nicht oder weicht Gesprächen aus.

**Orientierungsschwierigkeiten:** Der Person fällt es zunehmend schwer, den Weg zu einem bekannten Ort zu finden. Die zeitliche Orientierung kann auch betroffen sein. Die Person weiss nicht mehr, welcher Wochentag gerade ist, ob es Morgen oder Abend ist, oder welche Jahreszeit wir haben.

**Schwierigkeiten bei Routinearbeiten:** Die Person hat Mühe, alltägliche Aufgaben zu erledigen, beispielsweise Zahlungen zu machen oder Einkäufe zu planen.

**Ungewohntes Verhalten:** Manchmal werden Betroffene plötzlich misstrauisch, ängstlich, apathisch oder reizbar, was dazu führen kann, dass sich die Person sozial zurückzieht.

## 5 Wo kann ich mich abklären lassen?

Die erste Anlaufstelle ist die Hausärztin oder der Hausarzt. Nach einem Gespräch über die medizinische Vorgeschichte und die aktuellen Beschwerden werden weitere Untersuchungen und Tests durchgeführt. Ist deren Resultat auffällig oder unklar, wird die betroffene Person an einen Spezialisten oder an eine Memory Clinic (spezialisiert auf die Beurteilung und Diagnose von Gedächtnisstörungen) weitergeleitet. Diese führen zusätzliche Abklärungen durch, um eine genaue Diagnose zu stellen.

## 6 Gibt es Behandlungsmöglichkeiten?

Heute gibt es noch kein Medikament, das eine Demenzerkrankung heilt. Am Anfang der Krankheit können sogenannte Antidementiva eingesetzt werden, die bei gewissen Patientinnen und Patienten den Verlauf der Krankheit verlangsamen.

Um die Lebensqualität bestmöglich zu erhalten, Beschwerden und Symptome zu lindern kann die Ärztin verschiedene Therapien verschreiben: Ergotherapie (Einüben von Routinehandlungen wie den Umgang mit Terminen), Sprachtherapie (Logopädie), psychologische Unterstützung oder Physiotherapie.

Weitere Interventionen wie Musiktherapie oder angepasste körperliche Aktivitäten wie Tanzen oder Gymnastik können das Wohlbefinden der Betroffenen verbessern und wirken sich positiv auf seine Stimmung und/oder seine Motorik (Gehen, Gleichgewicht) aus.

## 7 Warum gibt es noch kein Medikament gegen Alzheimer?

Es werden aktuell über hundert verschiedene Wirkstoffe in klinischen Studien erforscht. Die Entwicklung eines Medikaments ist sehr anspruchsvoll, da man noch nicht alle Ursachen und Krankheitsmechanismen der Alzheimer-Krankheit vollständig versteht. Die ersten Symptome treten in der Regel im Alltag erst nach mehreren Jahren auf. Die dann nachgewiesenen Hirnveränderungen sind bereits fortgeschritten. Die Ursache und der Verlauf sind rückwirkend schwer nachvollziehbar. Bis heute ist es leider nicht möglich, die Alzheimer-Erkrankung zu heilen.

## 8 Warum soll ich mich abklären lassen, wenn es keine Heilung gibt?

Eine möglichst frühe Abklärung bringt Klarheit und erleichtert die Lebensplanung für Erkrankte und ihre Angehörigen. Die Betroffenen können in einer frühen Phase

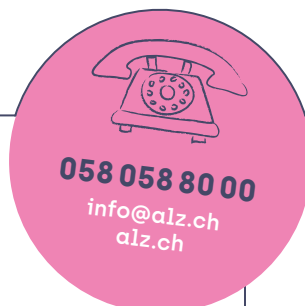
der Krankheit noch selbstbestimmt wichtige Entscheidungen für die Zukunft treffen: Es empfiehlt sich, dass sie eine Patientenverfügung und einen Vorsorgeauftrag erstellen, solange sie urteilsfähig sind. Das Erbe lässt sich regeln – beispielsweise können nicht verheiratete pflegende Partnerinnen und Partner finanziell abgesichert werden. Zudem lassen sich Betreuung und Entlastungsmöglichkeiten organisieren.

## 9 Warum erkranken mehr Frauen an Demenz als Männer?

Es ist noch nicht ausreichend geklärt, warum Frauen häufiger an Demenz erkranken als Männer. Ein Grund ist die höhere Lebenserwartung bei Frauen, da mit steigendem Alter das Risiko an Demenz zu erkranken wächst. Doch die höhere Lebenserwartung allein kann nicht erklären, warum mehr Frauen von Demenz betroffen sind. Ein weiterer Grund könnten geschlechtsspezifische Unterschiede sein, zum Beispiel aufgrund des Hormonhaushaltes. Die genauen Zusammenhänge sind jedoch noch nicht abschliessend erforscht.

## 10 Wie hoch ist die Lebenserwartung bei einer Demenzerkrankung?

Eine Prognose über die Lebenserwartung lässt sich nicht genau erstellen. Die Krankheit bleibt oft über Jahre hinweg unbemerkt, bevor sich im Alltag Symptome zeigen. Ab Eintritt der ersten Anzeichen geht man von einer Lebenserwartung von etwa sieben bis zehn Jahren aus. Der allgemeine Gesundheitszustand, bereits vorhandene chronische Krankheiten usw. beeinflussen den Krankheitsverlauf. Menschen mit Demenz sterben am häufigsten an einer Lungenentzündung, weil sie anfälliger für Infektionskrankheiten sind und sie sich mit fortgeschrittener Krankheit häufig verschlucken.



## Haben Sie weitere Fragen?

Wir beraten Sie gerne persönlich.

Weitere Infos finden Sie auf unserer Webseite sowie bei unseren 21 kantonalen Sektionen.

## Ihre **Spende** für ein besseres Leben mit **Demenz**

IBAN CH33 0900 0000 1000 6940 8

Jetzt mit **TWINT** spenden.

QR-Code mit der TWINT App scannen, Betrag & Spende bestätigen.

